

別添 1

令和6年度 柔道部 活動計画							
目標	(1) 望ましい心身の発達を図り、体力の向上と健康の保持増進をめざす。 (2) 一つの目標に向かって仲間が協力する中で、基本的な行動様式をはじめ、集団としての規律等の社会性を育てる。 (3) 部活動に意欲的に取り組ませることにより、個性を伸ばす。 (4) 部活動を通して、互いの心を汲み取り合い、深い人間理解に努める。 (5) 部活動で培った精神力や集中力などの力を、学習や家庭生活に生かす。						
月	行事等	1年	2年	3年	各期における生徒、顧問の活動概要		
					期	生徒	顧問
4	前期始業式 第78回入学式 1年生部活動見学 1年生体験入部	基礎準備期		完成期	基礎準備期	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎決められた安全のための約束事やマナーが守れる。</li> <li>○単独、対人の受け身ができる。</li> <li>○2種類以上の投げ技で打ち込みができる。</li> <li>○2種類以上の抑え技ができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎柔道MINDを育む。</li> <li>○単独、対人の受け身の習熟の徹底</li> </ul>
5							
6	ひたちなか市総合体育大会						
7	中央地区総合体育大会 県民総合体育大会	基礎鍛錬期		専門準備期	基礎鍛錬期	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎相手への思いやりの行動、言動ができる。</li> <li>○その場で投げられて受け身ができる。</li> <li>○その場で投げるができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○打ち込みや投げ込みの仕方や安全の約束事の徹底</li> </ul>
8	第49回関東中学校柔道大会 第55回全国中学校柔道大会						
9	ひたちなか市新人体育大会						
10	中央地区新人体育大会 前期終業式 後期始業式 県新人体育大会	基礎鍛錬期		試合期	専門準備期	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎指示を受けるだけでなく、自ら進んで稽古ができる。</li> <li>○乱取りで体勢を崩さず投げるができる。</li> <li>○乱取りで引き手を離さず相手を保護できる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○乱取りができる筋力や持久力などの体力の養成</li> </ul>
11							
12							
1		基礎鍛錬期		専門鍛錬期	専門鍛錬期	<ul style="list-style-type: none"> <li>○相手の技能程度に応じた乱取りができる。</li> <li>○立ち姿勢から寝技への移行ができる。</li> <li>○得意技、連絡技、変化技の習得</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○周囲に配慮し安全を考えた行動の徹底</li> </ul>
2							
3	第78回卒業証書授与式 修了式						
					完成期	<ul style="list-style-type: none"> <li>○得意技、連絡技、変化技の精練</li> </ul>	
					試合期		